

## 「看護医療基礎」 6月23日勝谷医院、勝谷友宏先生のお話を聞いて

●今回勝谷先生の講義を受けて、ACP(アドバンス・ケア・プランニング)について様々な事を知り、学ぶことが出来ました。高齢化社会が進む今、私たちにとって出来ることは何なのかを改めて考えさせられました。特に私



が今回の講義で大切だと感じたことは、将来の医療及びケアについて自分自身がしっかりと考えることはもちろん、家族ともACPを話し合うことが必要だと感じました。ACPをしていた場合としていなかった場合のDVDを見ました。ACPを甘くみて、“自分はまだ大丈夫だから”“病気を患うなんて自分には関係ない”などと言った考えは捨てなければならないと思いました。もしもの事を考えて自分の意思を誰かにはっきり伝えておくべきだと思いました。自分の意思を伝えることで将来のことでの不安が減り、自分らしく生きることが出来ます。

また、自分以外の身内が病気になった場合でも同じで、その人の意志が分からないまま治療を進めたりすることは凄く不安であり、自分の中

で整理がつかず後悔が残ってしまいます。だからこそ、ACPをしっかりすることが必要であり大切だと感じました。また、1回だけの話し合いではなく定期的に将来のことについて話し合うことが大切だと思います。1人ひとりの価値観・人生観・死生観を大切にするべきだと考えました。少しでも、自分らしく長生きするために将来のことについて話し合ったり、健康寿命を伸ばすために住みやすい環境づくりをするなど簡単なことからでも進んで取り組めるようにしたいです。



●今回は医師の勝谷先生にお越しいただきACP(アドバンス・ケア・プランニング)についてのお話を聞かせていただきました。私は看護類型在宅療養班の先輩の活動に参加させてもらったりしていたのでACPという言葉は知っていました。しかし、私はACPを家族と行ったことがなく、講義を受ける前はACPについて詳しく説明はすることもできなかったと思います。ACPは「人生会議」とも言われ、ACPの知名度や行っている人はまだまだ少ないという現状があるそうです。超高齢社会である現在、がんなどに比べると機能が低くなるま

で時間があるフレイルの高齢者の方が増えているそうです。そういった方は延命治療はやめてほしい、好きなものを最期まで食べたいなどそれぞれ最期の過ごし方の理想があると思います。それを実現させるためにACPがあること、そしてそれを年齢関係なく家族で行って欲しいということを私たち高校生がもっと広めたいと感じました。それができるように考えたことがあります。私たち看護医療類型で開いたイベントなどでACPについての劇を行ったり、ACPを知らない方が理解できるようなゲームを行えば知名度や理解度を地域の方に少しでも広めることが出来るのではないかとことです。イベントやワークショップなどで機会があればACPを知ってもらうために私たちが考えたことをやってみたいと思いました。今回の講義で私自身も家族で一度ACPを行いたいと感じました。「人生会議」をして家族が望む通りの最期を送ってほしいと思います。

